

# 107 年度健康促進活動

健康減重	菸害防制暨反毒	性教育防治	健康飲食
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆營養體位講座</li> <li>◆健走一萬步</li> <li>◆有氧運動</li> <li>◆校園減重活動</li> <li>◆佐倉步道健走</li> <li>◆精舍路跑</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆菸害防治講座暨拒菸聯署</li> <li>◆拒菸改歌大賽</li> <li>◆拒菸海報比賽</li> <li>◆戒菸衛教講座</li> <li>◆CO 檢測</li> <li>◆菸害及反毒闖關活動</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆性教育講座</li> <li>◆防治愛滋暨防治藥物濫用 專題講座</li> <li>◆安全性教育網路有獎徵答</li> <li>◆性教育闖關活動</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆健康飲食講座</li> <li>◆健康飲食手做活動</li> <li>◆樂蔬食闖關活動</li> <li>◆愛喝白開水活動</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆參與人次 1156 人</li> <li>◆共減重 273 公斤</li> <li>◆減重 2.2 公斤</li> <li>◆BMI 平均減少 0.9%/人</li> <li>◆體脂平均減少 1.6%/人</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆參與人次 2336 人</li> <li>◆CO 檢測人數 1975 人</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆參與人次 843 人</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆參與人次 484 人</li> </ul>

衛生保健組 感恩您的參與